

COVID-19: Qué hacer si se siente enfermo



1. Manténgase en casa y llame a su doctor, de ser necesario.

La mayoría de las personas que les da COVID-19 se recuperarán sin necesidad de atención médica. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (*Centers for Disease Control and Prevention, CDC*) recomiendan quedarse en casa si se presentan síntomas leves, como fiebre y tos, sin falta de aliento ni dificultad para respirar. Puede llamar a su doctor para ver si usted necesita recibir atención médica.

Las siguientes personas corren un **mayor riesgo** de enfermarse gravemente por COVID-19. Las personas que corren mayor riesgo deben llamar a su doctor si desarrollan síntomas de fiebre o tos. Usted corre un mayor riesgo si:

- Es mayor de 65 años de edad
- Vive en un hogar para ancianos o en un centro de cuidados a largo plazo
- Presenta una afección de alto riesgo, incluyendo:
 - Cáncer
 - Enfermedad renal crónica
 - Enfermedad pulmonar crónica
 - Trastorno cardíaco con complicaciones
 - Inmunodeficiencia
 - Obesidad - presentando un índice de masa corporal (IMC) de 30 o más
 - Anemia drepanocítica
 - Otras afecciones médicas subyacentes, particularmente si no están bien controladas, como: diabetes, insuficiencia renal o enfermedad hepática

Las embarazadas deben estar bajo observación, ya que se sabe corren el riesgo de sufrir una enfermedad viral grave. A la fecha, los datos sobre COVID-19 han mostrado que el embarazo posiblemente sea un mayor riesgo de enfermedad severa.

Llame de inmediato a su doctor, o al 911, si presenta:

- Falta de aliento
- Dificultad para respirar
- Dolor o presión en el pecho
- Confusión
- Incapacidad para despertarse o permanecer despierto
- Labios azulados

Cualquier persona que presente síntomas, o que piense que ha estado expuesta a COVID-19, debe hacerse la prueba.

Si alguien da positivo a la prueba COVID-19, queremos ayudar a asegurar que tenga los recursos que necesita para mejorar y proteger a sus seres queridos y vecinos. La mayoría de las personas que les da COVID-19, se recuperan sin necesidad de atención médica. Si usted experimenta síntomas graves y potencialmente mortales, busque atención médica inmediata.

Hay dos tipos de pruebas disponibles de COVID-19: pruebas virales y pruebas de anticuerpos. Una prueba viral (o de diagnóstico) le indica a alguien si actualmente tiene COVID-19. Una prueba de anticuerpos le indica a alguien si ha tenido el virus anteriormente.

2. Auto aíslese.

Si usted está enfermo por COVID-19, o cree que puede tenerlo, debe quedarse en casa y apartarse de los demás en casa, en la mayor medida posible.



¿Cuándo puedo volver a mis actividades normales?

Puede dejar de auto aislarse cuando responda Sí a TODAS las tres preguntas:

- ✓ 1. ¿Han pasado por lo menos 10 días desde que presentó los primeros síntomas?
- ✓ 2. ¿Ha estado sin fiebre durante un día (24 horas), sin haber tomado ningún medicamento para la fiebre?
- ✓ 3. ¿Han mejorado sus otros síntomas?

Llame a su médico si sus síntomas empeoran, o si tiene alguna preocupación sobre su salud.

¿Qué sucede si no estoy seguro de tener COVID-19?

Si presenta fiebre, tos y otros síntomas de enfermedad respiratoria, incluso si no se trata de COVID-19, debe auto aislarse como si tuviera COVID-19. Esto reducirá el riesgo de enfermar a las personas a su alrededor.

¿Qué deben hacer mis familiares?

Cualquier persona en su hogar, u otras personas que hayan estado en contacto cercano con usted, deben permanecer en casa durante 14 días tanto como sea posible, y observarse a sí mismas para detectar síntomas. Contacto cercano significa encontrarse dentro de una distancia de seis pies, por lo menos durante 15 minutos. Si comienzan a presentar síntomas de COVID-19, deben tomar [las mismas medidas](#) que para prevenir la propagación.

Los familiares que sean trabajadores del sector salud, personal de respuesta inicial, u otras personas necesarias para responder a la pandemia por COVID-19, deben revisar la [orientación de los CDC](#) y verificar con sus empleadores cuándo regresar al trabajo.

3. Manténgase informado.

- Visite el sitio: ncdhhs.gov/coronavirus para obtener información del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Carolina del Norte (NC Department of Health and Human Services).
- Envíe el texto COVIDNC al 898-211 para obtener actualizaciones por texto.
- Obtenga más información sobre qué hacer si se encuentra enfermo; visite el sitio: cdc.gov/coronavirus.

